



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NARLI PARMESANLI BRÜKSEL LAHANASI

600 g brüksel lahanası
4 yemek kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
1 yemek kaşığı limon suyu
1 çay bardağı nar tanesi

Brüksel lahanalarının dış kabuklarını soyun, iyice yıkayın.
Ardından ikiye bölün ve derin bir kaptan zeytinyağı, tuz, karabiber ile karıştırın.
Yağlı kağıt serdiğiniz Arçelik Ankastre Fırın tepsisine lahanaların kesik tarafı alta gelecek şekilde dizin.
Önceden ısıttığınız Arçelik Ankastre Fırın'da 200 derecede 25 dakika pişirin.
Bu sırada nar tanelerini ayıklayın.
Pişen brüksel lahanalarını toz parmesan peyniri ve limon suyuyla karıştırın.
Üzerine nar tanelerini ekleyin.

